

入所献立表(11/3~11/9)

現 場：老人保健施設ゆめが丘
 献立種類：常食1600(個別献立)
 期 間：2024/11/3~2024/11/9

	日 3	月 4	火 5	水 6	木 7	金 8	土 9
朝食	御飯 味噌汁 鮭の塩焼き ひじきサラダ ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 <small>カリフラワーのマヨポン和え</small> 梅びしお 飲むヨーグルト	御飯 味噌汁 ポパイエッグ れんこんサラダ 漬物 牛乳	御飯 清まし汁 <small>大豆とベーコンの炒め物</small> キャベツサラダ ゆずみそ 牛乳	御飯 味噌汁 ほっけ塩焼き アスパラのサラダ 漬物 ヤクルト	御飯 味噌汁 大豆の炒り煮 もやしのたらこ和え のり佃煮 牛乳	バターロール コンソメスープ リヨネーズポテト 大根サラダ 牛乳
昼食	御飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き もやしの中華和え フルーツ	御飯 味噌汁 アジの香味焼き <small>アスパラとしめじの和え物</small> フルーツ	御飯 味噌汁 麻婆豆腐 かぼちゃサラダ フルーツ	御飯 味噌汁 カレイの煮付け 切り干し大根のサラダ フルーツ	御飯 味噌汁 豚肉のおろし煮 菜の花のお浸し フルーツ	御飯 中華スープ 油淋鶏 <small>ブロッコリーの昆布和え</small> フルーツ	カレーうどん キャベツのお浸し フルーツ
夕食	御飯 味噌汁 赤魚の生姜煮 里芋の煮物 白菜のゆかり和え	御飯 コンソメスープ チキンガーリックソテー さつまいものバター醤油炒め 菜の花のお浸し	御飯 コンソメスープ 鮭のごま風味焼 大学芋風 インゲンのシラス和え	御飯 中華スープ 豚肉のスタミナソース じゃがいもの煮物 なすの浅漬け	御飯 清まし汁 サバの味噌煮 にら炒め 春菊の和え物	御飯 にゅうめん 鱈の塩こうじ漬け焼き 白菜の煮びたし アスパラのサラダ	御飯 味噌汁 鱈のみりん漬け焼き ひじき煮 ほうれん草の和え物
10時	いちごオレ	レモンティー(温)	ミルクティー(1000ml)	ぶどうジュース	カルピス	りんごジュース	カフェオレ
3時	まんじゅう ほうじ茶	人形焼き 麦茶	プリン ほうじ茶	ふわふわカスタードワッフル ほうじ茶	きみしぐれ 緑茶	おかき(きな粉) ほうじ茶	チョコバナナパウンドケーキ 麦茶
	1644kcal 蛋白質 53.9g 脂質 33g 炭水化物 246.4g 食塩 7g	1406kcal 蛋白質 47.4g 脂質 21g 炭水化物 241.1g 食塩 6.7g	1751kcal 蛋白質 56.8g 脂質 54.1g 炭水化物 246.2g 食塩 6.9g	1622kcal 蛋白質 54.2g 脂質 44g 炭水化物 233.8g 食塩 7.4g	1557kcal 蛋白質 53.4g 脂質 32.7g 炭水化物 247.2g 食塩 7.2g	1497kcal 蛋白質 54.7g 脂質 29.4g 炭水化物 237.4g 食塩 15.2g	1753kcal 蛋白質 54.5g 脂質 61g 炭水化物 209g 食塩 9.3g